



Calde acque termali, spa rilassanti e suggestive località in cui l'Arco alpino fa da cornice: ecco come si presentano le **Terme in Svizzera**. Ogni anno gli stabilimenti termali richiamano **migliaia e migliaia di turisti in cerca di relax e benessere naturali**.

Non parliamo, però, solamente di **adulti, ma anche di famiglie con bambini**: in Svizzera infatti troviamo bagni adatti a tutte le età.

Sono davvero **moltissimi gli stabilimenti termali in Svizzera nati grazie alla ricchezza di sorgenti termali** disseminate su tutto il territorio nazionale.

A seconda della località troviamo diverse caratteristiche curative, così come stabilimenti termali più grandi o più piccoli, adatti solo ad adulti oppure anche bambini.

Scopriamo insieme quelli da non perdere.



Terme di Leukerbad, le più famose della Svizzera

Nel Cantone Vallese si trovano le terme più famose dell'intera Svizzera. Stiamo parlando delle **Terme di Leukerbad**.

10 vasche, 65 sorgenti con 3.9 milioni di litri d'acqua termale che arrivano fino a 51° gradi e tutto questo immerso in un paesaggio a 1400 metri incastonato tra le splendide Alpi.

Le terme sono divise in due centri: il Leukerbad, conosciuto

anche come **Burgerbad**, e il **Walliser Alpentherme & Spa Leukerbad**.

Il primo offre piscine ed idromassaggi a diverse temperature, ma anche docce a getto, ugelli per massaggio, whirlpool e una grotta in pietra naturale; e per finire due scivoli per i più piccini lunghi più di 100 metri.



Leukerbad

Il **Walliser Alpentherme**, invece, è un reparto più esclusivo in cui si possono trovare docce cervicali, ugelli per idromassaggio, lettini e panche idromassaggio ad aria. E poi ancora saune situate in tipici chalet vallesani oltre ad un locale riservato ai massaggi per benefiche applicazioni di balsamo ai fiori, di olî alle erbe e di olî aromatici.

Quali sono **le caratteristiche delle acque di Leukerbad**?

L'acqua termale per le piscine proviene dalla **sorgente di St. Laurent**, dove sgorga dal terreno a una **temperatura di 51 °C** e offre minerali benefici per ogni tipo di **dolori reumatici**.



Leukerbad

16 vasche alle Terme di Brigerbad in Svizzera

Ci spostiamo ora alle **Terme di Brigerbad**.

Non lontane geograficamente dalle precedenti, un po' più piccine, ma comunque di notevole interesse sia per adulti che per bambini.

E' qui, infatti, che si può persino trovare il più lungo

acquascivolo dell'arco alpino: un'emozionante discesa adatta a tutta la famiglia!

Oltre allo scivolo, questi bagni termali sono costituiti anche da **16 diverse vasche interne ed esterne, di varia dimensioni e temperatura** che occupano una superficie di ben **2600 metri quadrati**.

A completare l'opera troviamo ancora **spruzzi d'acqua, idromassaggi, il fiume con corrente e persino una spa**. Quali sono **le caratteristiche delle acque di Brigerbad?**

La sorgente di Brigerbad **offre un'acqua sodio-calcio-solforosa contenente litio** ed è particolarmente adatta per curare artrosi, artrite reumatoide, malattie neurologiche, bronchiti croniche e problemi cardio-vascolari.



Terme di Brigerbad

Terme di Baden in Svizzera

Impossibile parlare di Terme in Svizzera e non annoverare **le Terme di Baden**, nel **Canton Argovia**.

Ci troviamo nella parte settentrionale della Svizzera, ormai al confine con la Germania. E proprio qui sgorgano **le acque più ricche di minerali di tutta la Svizzera**.

Queste acque erano **conosciute persino dai Romani** che, già intorno all'anno cinque d.C., le battezzarono con il nome **Acquae Helveticae**.

E sempre qui, ancora oggi, sgorgano da una ventina di sorgenti solforose ben **un milione di litri d'acqua ad una temperatura di 48° C**.

Per poterne beneficiare, è sufficiente recarsi **nello storico quartiere termale, sulla Limmat**, a poche fermate di metro dalla stazione centrale di **Zurigo**, e scegliere tra **le numerose**

strutture: sia terme pubbliche che centri benessere privati con un'offerta alberghiera.

Quali sono **le caratteristiche delle acque di Baden?**

L'acqua termale di Baden è molto ricca di sali minerali e sgorga da 18 sorgenti di acqua sulfurea a circa 48 gradi centigradi.



Baden

Mineralbad & Spa Samedan, terme verticali in Svizzera

Da un confine all'altro, ci spostiamo ancora, questa volta verso l'Italia, **nel Canton Grigioni, per scoprire le Mineralbad & Spa Samedan.**

Si tratta del **primo bagno minerale verticale della Svizzera:** i bagni si sviluppano infatti su 5 piani lungo i quali l'ospite si trova qui a vagare in un connubio di vapori e giochi di luce, come fosse un labirinto di montagna.

Un ambiente unico e suggestivo, situato nel centro storico di Samedan, sulla piazza principale e accanto alla chiesa, edificio storico tutelato.

Quali sono **le caratteristiche delle acque** di Mineralbad & Spa Samedan?

L'acqua minerale dei bagni proviene dalla sorgente che si trova **a 35 metri di profondità sotto la struttura.**



Bagni sonori alle Terme di Vals in Svizzera

Ci fermiamo ancora nel **Canton Grigioni** per scoprire anche le **Terme di Vals**.

Queste terme ristrutturata nel 1996 si presentano oggi come un **meraviglioso complesso realizzato con 60.000 pietre di quarzite locale dal colore verde-blu**.

Il risultato è un ambiente unico, in cui innovazione e tradizione si fondono.

Le piscine termali sono **sia interne che esterne** e qui, su prenotazione, è persino possibile effettuare bagni notturni. E non è tutto: alle Terme di Vals, oltre ai classici bagni in vasca, è possibile fare **anche i bagni detti sonori**.

Quali sono **le caratteristiche delle acque** delle Terme di Vals? Le piscine termali vengono alimentate dalla sorgente di San Pietro a 30 ° e l'**acqua è composta da solfato, calcio, carbonato e ferro**.



Lago di Vals

Bagni minerali Bogn Engiadina Scuol

E dopo aver toccato il confine tedesco e quello italiano, ci spostiamo ad est, verso il confine con l'Austria (ma anche poco distante dalla nostra Val Venosta), più precisamente **nella cittadina di Scuol, luogo in cui sgorgano oltre venti sorgenti di acqua minerale**.

I Bagni minerali **Bogn Engiadina Scuol** vengono oggi sfruttati per le cure idropiniche e bagni all'anidride carbonica.

Grande attrazione di queste terme sono **i bagni romano-irlandesi**.

Si tratta della **combinazione di due tradizioni balneari europee: i bagni di vapore** a varie temperature, apprezzati dagli antichi romani, e **l'aria secca e calda** derivante dalla tradizione irlandese.



A completamento di questo rituale si aggiunge anche **il massaggio spazzola e sapone, per depurare la pelle e attivare la circolazione**.

Quali sono **le caratteristiche delle acque** dei Bagni minerali Bogn Engiadina Scuol?

Nei dintorni di Scuol sgorgano oltre venti sorgenti di acqua minerale.

Sono indicate per la cura di **diverse patologie ed affezioni degli organi interni e della pelle**, oltre ad offrire un generale benessere in tutto il corpo.



Le terme sulfuree di Yverdon-les-Bains in Svizzera

Altro centro termale che merita sicuramente una visita si trova a **Yverdon-les-Bains**.

Le acque termali di **Yverdon-les-Bains** sono conosciute fin dall'epoca romana.

Qui si trova un piccolo complesso termale composto da **3 piscine**, due delle quali all'esterno ed una all'interno, oltre

ad una jacuzzi esterna, **bagno giapponese**, bagni di vapore, sauna finlandese, **tilarium e doccia tropicale**; il tutto immerso nella splendida località **tra il lago e le montagne del Giura**.

Quali sono **le caratteristiche delle acque** delle Terme di Yverdon-les-Bains?

Nel centro termale di Yverdon-les-Bains si trova l'acqua di una sorgente sulfurea che sgorga dal suolo a 29 gradi. Quest'acqua è considerata ottima per le articolazioni, le vie respiratorie e digerenti, ma anche per i muscoli.

di Silvia Guelpa



Centro Termale Yverdon Les Bains

INFORMAZIONI:

<http://www.sbb.ch>

ARTICOLI CORRELATI:

<https://www.ilviaggiatore-magazine.it/luoghi-viaggi/svizzera-da-visitare-dai-musei-di-basilea-ai-parchi-di-berna/>

<https://www.ilviaggiatore-magazine.it/luoghi-viaggi/viaggio-in-svizzera-montagne-laghi-citta-culturali/>